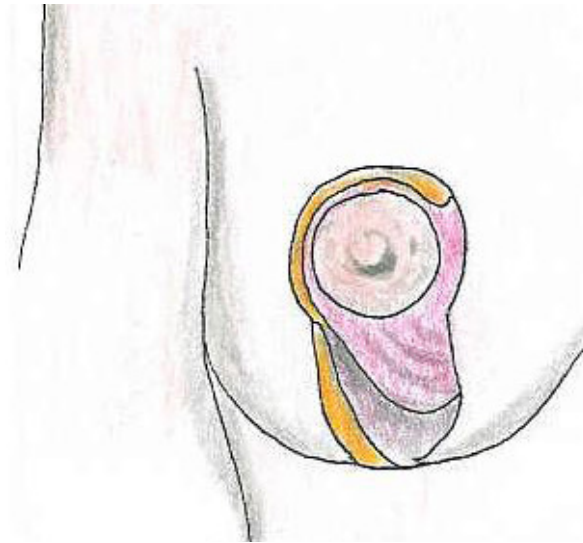


# Brustverkleinerung/Bruststraffung

## Was sollte ich dazu wissen?



Die „ideale“ Brustform, welche durch Schauspielerinnen und Fotomodelle vorgeführt wird, ist von Natur aus eher selten anzutreffen. Die „ideale Brust“ gibt es genauso wenig wie die „normale“ Brust. Von Breite im Ansatz, Höhe, Farbe und Größe der Brustwarzen, Abstand zwischen den Brüsten, von Gewicht und Hautbeschaffenheit gibt es viele Varianten. Große und schwere Brüste führen zu Überlastungsbeschwerden der Brust- und Halswirbelsäule mit schmerzhaften Veränderungen. Darüber hinaus können psychische Probleme auftreten.

### Wie kommt es zu einem starken Brustwachstum?

Die Brustentwicklung ist anlagebedingt vorgegeben und kann nicht weiter beeinflusst werden. Bei einigen Frauen entwickelt sich die Brust schon mit jungen Jahren sehr groß, bei anderen bildet sich eine „Stillbrust“ nicht zurück. Für die Betroffenen führt eine große Brust zu sehr unterschiedlich stark empfundenen Beschwerden. Das können psychische

und physische Probleme sein wie Depressionen, Haltungsschäden, Rückenprobleme sowie mehr oder minder große Einschränkung bei allen Sportarten. Dass große Brüste zu Wirbelsäulenschäden und Verspannungen führen können, ist wissenschaftlich nachgewiesen. Durch Maßnahmen wie Diäten sind Größe und Gewicht der Brust nur wenig beeinflussbar.

### Möglichkeiten

Eine Brustverkleinerung (Mammareduktionsplastik) kann diese Probleme effizient behandeln. Auch kleine bis mittelgroße Brüste, die sich abgesenkt und in der Form nachgegeben haben, können mit einer Bruststraffung (Mastopexie) behandelt werden. Die Form kann dadurch zum Positiven verändert werden. Die Operationen sind in der Regel altersunabhängig durchführbar. Der Abschluss des Brustwachstums ist jedoch Grundvoraussetzung, daher sollte die Volljährigkeit möglichst erreicht sein.

### Methode

Bei dieser Operation wird die meist zu tief sitzende Brustwarze umschnitten und an einem Gewebestiel nach oben an die neue Position geschwenkt. Anschließend kann Gewebe aus den unteren Brustanteilen entfernt und die Brust damit verkleinert werden. Die Brustwarzen werden zusammen mit Nerven und Blutgefäßen geschwenkt. Hierdurch sollte in der Regel das Gefühl der Warze erhalten werden. Bei Straffungen kann es eventuell erforderlich werden, ein Implantat unter die Straffung zu setzen, um mehr Volumen zu erzielen. Das muss jedoch im Einzelfall entschieden werden.

### Ergebnis

Die Verkleinerung ist auf Größen zwischen Cup A bis D möglich. Die kleinen Größen sind langfristig formstabil, größere Brüste neigen nach einigen Jahren zum erneuten Durchhängen. Die Zufriedenheit der Patientinnen nach Brustverkleinerungen ist in der Regel sehr hoch. Die operierte Brust wird jedoch auch

dem normalen Alterungsprozess unterliegen und sich mit den Jahren wieder einige Zentimeter absenken. Unter Umständen ist dann eine Folgeoperation notwendig.

## Operation

### Anästhesieform und Klinikaufenthalt

Der Eingriff wird in der Regel stationär durchgeführt. Die notwendigen Voruntersuchungen finden im Vorfeld im Krankenhaus statt. Dabei haben Sie auch Gelegenheit, die Narkose mit dem Narkosearzt zu besprechen. Je nach Eingriff ist mit einem Klinikaufenthalt von drei bis sieben Tagen zu rechnen.

### Vorbereitung

Ab dem 35. Lebensjahr halten wir es für sinnvoll, eine Mammographie vor einer Brustoperation durchzuführen. Raucher sollten mindestens sechs Wochen vor der Operation ihren Nikotinkonsum stark einschränken, um das Risiko von Wundheilungsstörungen zu verringern. 14 Tage vor der Operation sollten Sie keine Schmerzmittel einnehmen, die Acetylsalicylsäure enthalten, wie zum Beispiel Aspirin, ASS, Godamed, Thomapyrin, da diese die Blutgerinnung verzögern. Paracetamol oder Novalminsulfon können dagegen bedenkenlich eingenommen werden. Auf Alkohol und Schlafmittel sollten Sie ebenfalls einige Tage vor der Operation verzichten.

### Ablauf

Die Operationstechniken werden individuell gewählt. Normalerweise wird mit zwei Schnitten gearbeitet: Die Schnittführung verläuft dabei rund um den Warzenhof und von dessen unterem Rand zur unteren Brustfalte. Man spricht hier vom I-Schnitt oder der Lejour-Technik. Bei sehr großen und bei sehr schlaffen Brüsten ist ein weiterer Schnitt entlang der natürlichen Brustfalte erforderlich, dann ergibt sich der sogenannte T-Schnitt. Die Resektagewichte können von wenigen Gramm bis zu anderthalb Kilogramm pro Brust reichen. Die Wunde wird mit ausgefeilten Nahttechniken verschlossen. Ein straff

sitzender Verband oder ein BH wird angelegt. Drainagen sorgen für den ungehinderten Abfluss von Blut und Gewebeflüssigkeit. Die Operation dauert in der Regel zwei bis drei Stunden, da viel Feinarbeit erforderlich ist. Wichtig hierbei ist, dass bei unseren Methoden die Durchblutung und das Empfinden an der Brustwarze erhalten werden kann.

Zusätzlich benutzen wir häufig das Ultraschallskalpell HARMONIC, damit wir die Lymphgefäße noch weiter schonen und schädliche Hitzeentwicklungen, wie beim herkömmlichen Elektromesser, vermeiden. Für eine bessere Narbenbildung setzen wir meist das Wund-Klebe-Netz PRINEO ein, welches ein Nähen der Haut überflüssig macht und deutlich unauffälligere Narben produziert. An der Entwicklung und Weiterentwicklung von HARMONIC und PRINEO haben wir maßgeblich durch internationale Studien mitgewirkt.

### Nach der Operation

Die Schmerzen nach einer Brustoperation sind in der Regel gering. Die Blutergüsse halten sich in Grenzen, die Schwellungen gehen schnell zurück. Die Berührungsempfindlichkeit Ihrer Brustwarzen ist nach der OP zunächst beeinträchtigt. Es kann mehrere Monate dauern, bis Sie wieder normal empfinden. Nach circa sechs Monaten kann dann das Ergebnis beurteilt werden. Die Narben und eventuelle Verhärtungen im Gewebe verbessern sich noch während der folgenden ein bis zwei Jahre, so dass sie kaum mehr sichtbar sind.

### Nachsorge

Sie sollten nach der OP wenn möglich mehrere Wochen auf dem Rücken schlafen. Das Heben von schweren Lasten sollten Sie vermeiden. Auch der Sexualpartner sollte circa zwei Monate behutsam mit Ihren Brüsten umgehen. Dies gilt auch für sportliche Aktivitäten und Haushaltsarbeiten, wie zum Beispiel Bügeln und Fensterputzen. Für circa sechs Wochen sollten Sie keinen Sport treiben. Bei Schwellungen und Spannungen in den ersten Wochen können Lymphdrainagen

hilfreich sein, sind aber nicht zwingen erforderlich. Bei Rötung, Schmerz oder Wundnäse sollten Sie uns zeitnah aufsuchen.

Nach circa zwei bis drei Wochen sind Sie, je nach Beruf, wieder voll arbeitsfähig. Abhängig von Naht- und Verbandtechnik können Sie nach wenigen Tagen wieder duschen und mit der Hautpflege beginnen. Resorbierbare Fäden lösen sich von selbst auf, andere Fäden verbleiben bis zu drei Wochen und werden dann entfernt. Ein Büstenhalter wird von Anfang an für mindestens vier Wochen verordnet. Eventuell können Sie nach vier Wochen Silikonfolien auf die Narben kleben, um eine feinere Narbenbildung zu erzielen.

## Komplikationen

Unschöne Narben, dauerhafte Spannungen, Schmerzen und Blutergüssen sowie Infektionen können in seltenen Fällen auftreten. Ihr Chirurg empfiehlt Ihnen eine geeignete Nachbehandlung. Nach der Operation kann es durch den Heilungsprozess zu Veränderungen der Brust kommen. Dadurch können kleine Nachkorrekturen erforderlich werden. Ein Sensibilitätsverlust an der Brustwarze kann nicht vollkommen ausgeschlossen werden. Selten kann es auch zu Durchblutungsstörungen im Bereich der Brustwarzen kommen. In diesem Fall müsste später die Warze nachgebildet werden.

## Stillen

Stillen ist in der Regel mit unseren modernen Operationsverfahren möglich. Viele Frauen stillen jedoch zeitig ab, da sie eine erneute Vergrößerung befürchten.

## Kosten

Bei schweren Brüsten mit entsprechenden Beschwerden besteht je nach Krankenkasse die Möglichkeit einer Kostenübernahme. Eine reine Straffung muss selbst bezahlt werden. Wir informieren Sie gerne über die Kosten.

## Kann die Brust wieder wachsen?

In höherem Alter kommt es in extrem seltenen Fällen zu einem erneuten starken Brustwachstum.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

### Sie haben noch Fragen?

Interessieren Sie sich für eine bestimmte Behandlung? Brauchen Sie eine zweite Meinung? Kontaktieren Sie uns und vereinbaren Sie einen Termin für ein Beratungsgespräch in unseren Spezial-Sprechstunden.

Telefonisch sind wir montags bis freitags von 8.30 bis 12.30 Uhr und montags bis donnerstags von 14 bis 17 Uhr für Sie erreichbar:

Telefon 02236 77-387

E-Mail [Pl.chirurgie@Krankenhaus-Wesseling.de](mailto:Pl.chirurgie@Krankenhaus-Wesseling.de)



**Dr. med. Dirk F. Richter**

Chefarzt Plastische Chirurgie

Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie